

Preparación para: PRUEBA DE ESFUERZO O ERGOMETRÍA

¿En qué consiste una PRUEBA DE ESFUERZO?



Una **PRUEBA DE ESFUERZO O ERGOMETRÍA** es una prueba que muestra cómo se comporta el corazón durante la actividad física. El ejercicio hace que el corazón bombee con más fuerza y más rápido. La prueba de esfuerzo puede indicar problemas con el flujo sanguíneo dentro del corazón. La prueba consiste en andar por una cinta haciendo un registro continuo de la actividad del corazón y de la presión arterial durante el esfuerzo. Siempre estará acompañado/a por un médico y personal de enfermería para su control.

1. ANTES DE LA PRUEBA



La preparación consiste en:

- ✓ **El día anterior a la prueba de esfuerzo:** Seguir una alimentación normal.
- ✓ **No realizar un esfuerzo exagerado** o inusual durante las 12h previas a la prueba.
- ✓ **Consulte con su mutua** si necesita autorización para esta prueba.
- ✓ **En caso de ser necesaria la autorización**, recuerde traerla consigo el día de la prueba.

2. EL DÍA DE LA PRUEBA



- ✓ No debe fumar.
- ✓ **No tome bebidas estimulantes** (café, bebidas de Cola, té...) **ni alcohólicas desde 3 horas antes de la prueba.**
- ✓ Puede tomar medicación habitual a no ser que su médico le indique lo contrario.
- ✓ Preséntese en la recepción del servicio **15 min antes de la prueba.**
- ✓ **En caso de ser necesaria la autorización**, recuerde traerla consigo.

Venir a la prueba con:

- ✓ Pantalones cortos, pantalones largos de deporte o de pijama. Las mujeres pueden venir con combinación o falda ancha.
- ✓ Es oportuno llevar calzado deportivo o calzado plano con suela de goma.
- ✓ Lleve una toalla.
- ✓ Lleve un listado de la medicación que toma actualmente.

IMPORTANTE:

- ✓ Si tiene estudios de pruebas previos, tráigalos el día de la prueba.
- ✓ Si no puede venir el día de la prueba, le rogamos que nos llame para comunicarlo, otro paciente se beneficiará. **Teléfono de Contacto: 933 221 111** de lunes a viernes de **8:00 a 21:00**

3. OBSERVACIONES**Acceso a Historia Clínica**

Podrá disponer de los resultados de esta prueba una vez sea validada por su médico en el **Portal del Paciente**. El Portal del Paciente es un espacio privado y personal en el que puede gestionar online todos los aspectos relacionados con su salud y la de su familia, sin desplazamientos innecesarios al hospital ni esperas. Gestione sus citas, acceda a sus informes y pruebas de resultados e imagen, a través de:

<https://www.quironsalud.es/es/portal-paciente>

Teléfono de consulta: Si tiene alguna duda o consulta llame al: **933 221 111**